



**zondag 19 juni 2011
13.30 - 16.00 uur**

Workshop Krav Maga in Café de Flight in Alkmaar

Zondag 19 juni 2011 organiseert Krav Maga Noord-Holland een workshop Krav Maga in Cafe de Flight in Alkmaar. De workshop wordt van 13.30 – 16.00 uur gegeven en heeft als thema: Incidenten bij het uitgaan. Deelname is mogelijk voor leden van Krav Maga Noord-Holland en hun introducés.

Krav Maga is wereldwijd het snelst groeiende zelfverdedigingsysteem. Het werd oorspronkelijk ontwikkeld voor het Israëliësch leger en de veiligheidsdiensten en heeft sindsdien de belangstelling verworven van militairen, speciale eenheden, wetshandhavers, burgers en beroemdheden overal ter wereld. Het is gebaseerd op eenvoudige bewegingen en instinctieve reacties. Het is zodanig ontwikkeld dat de meest praktische zelfverdediging in de kortst mogelijke tijd kan worden aangeleerd.

Informatie en aanmelden

Je kunt je aanmelden via www.kravmaga-noordholland.nl, info@kravmaga-alkmaar.nl of via telefoonnummer 06-47031667. Er zijn 40 plaatsen beschikbaar.

Kosten workshop, met twee consumpties:

- **Leden Krav Maga Noord-Holland: € 20,00**
- **Niet-leden: € 20,00**

Agenda overige workshops

17 april	Budocentrum Julianadorp, 13.30 – 16.00 uur Beginners <u>Thema:</u> Chokes en stadia bij een frontale aanval
21 mei	Sportcentrum Hoorn, 13.30 – 16.00 uur Beginners en gevorderden <u>Thema:</u> Mes- en pistoolbedreigingen